

CAI
HW
-2394

TOBACCO

We Can Live Without It

Government Publications

Our mission is to help the people of Canada maintain and improve their health.
Health Canada

Every 10 minutes, 4 of our kids start smoking cigarettes ...

Every 11 minutes, a Canadian dies from tobacco use ...

Every single year, more than 45,000 Canadians die --- from smoking. That's more than five times the deaths from automobile accidents, alcohol abuse, murder and suicide combined.

The Government of Canada has a plan — The Federal Tobacco Control Strategy.

The Federal Plan

Canada is a global leader in the fight to curb tobacco use. Countries all over the world have modeled their tobacco legislation after ours. We've put restrictions on sponsorship and advertising. We've compelled tobacco companies to report their promotional activities. And we've mandated prominent labelling for all tobacco packaging, so that the public is well informed about the health risks of smoking. Other countries have followed suit.

And these measures have met with success. Yet — more needs to be done. Smoking is still the No. 1 preventable health issue in Canada.

A Comprehensive Approach

Research shows that effective approaches to tobacco control must be comprehensive, integrated — and sustained. Because when anti-smoking measures are relaxed, smoking rates climb. So in 2001 the Canadian government stepped up its efforts. It allocated \$560 million in funding, over five years, towards tobacco control.

Health Canada, the RCMP, the Canada Customs and Revenue Agency, the Department of Justice and the Department of the Solicitor General are all players in the revitalized Federal Tobacco Control Strategy. So are all of the Provinces and the Territories, as well as a multitude of health and advocacy groups.

Getting It Second-Hand

Things that come second-hand may sometimes be a bonus — but not where cigarette smoke is concerned. Within the home, within the workplace, within public places — non-smokers are especially susceptible to the adverse health effects of second-hand smoke. A non-smoker in a smoky room inhales, over 8 hours, the equivalent of 35 cigarettes. Only a third of the smoke from a cigarette is inhaled directly by the smoker — the remainder enters the environment. Unborn children, infants and young children are especially vulnerable — registering increased incidence of low birth weight, ear infections, asthma and other respiratory problems. And hundreds of Canadians who lose their lives to lung cancer every year never smoked — they contracted it second-hand. The Federal Tobacco Control Strategy is involving health professionals, employers, communities, youth and policy makers in efforts to design and implement smoke-free spaces.

Never Starting

Canada's diverse youth population can be described in a number of ways — yet almost a quarter of our youth have cigarette smoking in common. And a multitude of factors figure in their motivation to smoke, but most young people who start share the belief that they will only smoke temporarily. Given the addictive nature of tobacco, this is not realistic. But we do know that if people don't smoke before the age of 19, they will likely never start. Health Canada's Youth Action Committee involves youth from across Canada in activities and programs to prevent and reduce youth smoking.

Our Goals

The Strategy has three measurable 10-year goals:

- a reduction, to 20 per cent, in the number of people who smoke;
- a reduction, by 30 per cent, in the number of cigarettes sold;
- an increase, to 80 per cent, in the number of retailers who comply with the law and refuse to sell tobacco products to young people.

In this regard we recently increased tobacco taxes, and implemented new tax structures aimed at reducing smuggling. Going forward, we are resolved to discourage individuals, especially youth, from taking up smoking; to underscore the extremely detrimental effects of second-hand smoke; and to help Canadians quit.

To do this we must increase awareness among Canadians. That's why, over the next 5 years, the Federal Tobacco Control Strategy will conduct ongoing media campaigns — in order to bring the country's number one preventable health problem to everybody's attention. Because ... there is so much good that Canadians can do.

Time to Quit

Quitting smoking represents the single most important step that smokers can take to enhance the quality and length of their lives. There are immediate and substantial benefits, such as increased vitality, a whiter smile, no smoking odour on clothes — even more spending money. But it's a straightforward fact that people who quit smoking are healthier and live longer than those who do not. And the earlier the intervention, the less chance of disease, disability and premature death. So the long and short of it is — it's time for Canadians to quit. Visit Health Canada's website at www.gosmokefree.ca for help.

©Her Majesty the Queen in right of Canada 2002/
Cat. No. H21-190/2002
ISBN 0-662-66389-6



Notre mission est d'aider
les Canadiens et les Canadiennes
à maintenir et à améliorer leur état de santé.
Santé Canada

À toutes les 10 minutes, quatre de nos
enfants fument leur première cigarette ...

À toutes les 11 minutes, un Canadien
meurt des suites du tabagisme ...

Chaque année, plus de 45 000
Canadiens et Canadiennes meurent du
tabagisme, ce qui équivaut à cinq fois
plus de décès causés par les accidents
de la route, l'alcool, les meurtres et
les suicides combinés.

**Le gouvernement du Canada
a un plan : la Stratégie
fédérale de lutte contre le
tabagisme.**

Le plan fédéral

Le Canada est un chef de file mondial au
chapitre de la lutte contre le tabagisme et,
partout au monde, d'autres pays s'inspirent
de sa loi antitabac. Nous avons restreint la
commandite et la publicité, et obligé les
compagnies de tabac à rendre compte de
leurs activités de promotion. En outre, nous
avons rendu obligatoire l'ajout de messages
bien en vue sur tous les paquets de produits
du tabac de manière à ce que le public soit
bien informé des dangers du tabagisme
pour la santé. D'autres pays ont suivi notre
exemple.

Ces mesures ont connu du succès. Mais il
faut faire davantage car le tabagisme
demeure le problème de santé évitable le
plus important au Canada.

Une approche globale

La recherche démontre que, pour être
efficaces, les démarches de lutte contre le
tabagisme doivent être exhaustives, intégrées
et durables. Sinon, lorsque l'on relâche les
mesures antitabac, le taux de tabagisme
augmente. C'est pourquoi le gouvernement
du Canada a augmenté ses efforts en 2001
en affectant 560 millions de dollars au
financement de la lutte contre le tabagisme
sur une période de cinq ans.

Le ministère de la Santé du Canada, la GRC,
l'Agence des douanes et du revenu du
Canada, le ministère de la Justice et le min-
istère du Solliciteur général participent tous
à la Stratégie fédérale de lutte contre le
tabagisme renouvelée, tout comme les
provinces, les territoires et un grand nombre
de groupes du secteur de la santé et de
groupes d'intervention.

La fumée secondaire

Les articles usagés ont parfois des avantages,
mais ce n'est pas le cas de la fumée de
cigarette. À la maison, au travail et dans les
endroits publics, les non-fumeurs sont particu-
lièrement vulnérables aux effets nocifs de la
fumée secondaire sur la santé. Un non-fumeur
qui se trouve dans une pièce enfumée respire,
sur huit heures, la fumée de l'équivalent de 35
cigarettes. Le fumeur ne respire directement
qu'un tiers de la fumée d'une cigarette - le
reste est rejeté dans l'environnement. Les
enfants en gestation, les bébés et les jeunes
enfants sont plus particulièrement vulnérables
aux effets de la fumée secondaire qui se
traduisent par une incidence plus élevée de
faible poids à la naissance, d'otites, d'asthme et
d'autres problèmes respiratoires. Et des cen-
taines de Canadiens meurent du cancer du
poumon à chaque année sans jamais avoir
fumé - ils ont respiré de la fumée secondaire.
La Stratégie fédérale de lutte contre le taba-
gisme fait appel aux professionnels de la santé,
aux employeurs, aux collectivités, aux jeunes
et aux décideurs pour concevoir et mettre en
place des espaces sans fumée.

Éviter la première cigarette

Il y a plusieurs façons de décrire la popula-
tion diversifiée des jeunes Canadiens - mais
une des caractéristiques communes à près du
quart des jeunes est le tabagisme. Et il existe
une multitude de facteurs qui les portent à
fumer, mais la plupart de ceux qui prennent
leur première cigarette le font en pensant que
ce ne sera que temporaire. Étant donné la
dépendance que crée le tabac, cette pensée
n'est pas réaliste. Nous savons toutefois que
si une personne n'a pas commencé à fumer à
l'âge de 19 ans, il est fort probable qu'elle ne
commencera jamais. Le Comité consultatif
des jeunes (CCJ) fait participer des jeunes de
tout le pays à des activités et à des pro-
grammes visant à prévenir et à réduire le
tabagisme chez les jeunes.

Nos buts

La Stratégie est assortie de trois buts
mesurables sur 10 ans, à savoir :

- réduire le nombre de fumeurs à 20 %
de la population;
- réduire de 30 % le nombre de
cigarettes vendues;
- augmenter à 80 % le nombre de
détailleurs qui respectent la loi en
refusant de vendre des produits du
tabac aux jeunes.

À cet égard, nous avons récemment aug-
menté la taxe sur les produits du tabac et
mis en oeuvre de nouvelles structures fis-
cales visant à réduire la contrebande. Nous
sommes résolus à décourager les gens de
commencer à fumer, plus particulièrement
les jeunes, à souligner les effets extrême-
ment dommageables de la fumée secondaire
et à collaborer avec nos partenaires pour
aider les Canadiens à cesser de fumer.

Pour y parvenir, nous devons sensibiliser
les Canadiens et Canadiennes encore
davantage. C'est pourquoi, dans le cadre de
la Stratégie fédérale de lutte contre le
tabagisme, nous mènerons, au cours des
cinq prochaines années, des campagnes de
publicité continues dans les médias afin
de sensibiliser toute la population au
problème de santé évitable le plus impor-
tant du pays ... Parce que les Canadiens
peuvent faire tant de bien.

Il est temps de cesser de fumer

L'abandon de la cigarette est la démarche la
plus importante que les fumeurs peuvent
adopter pour améliorer la qualité et la durée
de leur vie. Il en découle des avantages
immédiats importants comme l'augmenta-
tion de la vitalité, des dents plus blanches,
la disparition des odeurs de cigarette des
vêtements et même plus d'argent de poche.
Il est irréfutable que les personnes qui
cessent de fumer sont en meilleure santé et
vivent plus longtemps que celles qui contin-
uent à le faire. Et plus elles cessent rapide-
ment, plus les possibilités de maladie, d'in-
validité ou de décès prématuré diminuent.
En résumé, il est temps que les Canadiens
cessent de fumer. Pour obtenir de l'aide,
consultez le site Web de Santé Canada à
l'adresse www.vivezsansfumee.ca.